

## مداخلاتی که به منظور پیشگیری، از تولد تا ۱۰ سالگی در نظر گرفته شده و توصیه شده اند.

### مداخلات توصیه شده همگانی

(شایع ترین عوامل مرگ در این گروه سنی عبارتند از: بیماری های پری ناتال، ناهنجاری های مادرزادی، سندرم مرگ ناگهانی کودکان، آسیب و صدمه بدنی).

### غربالگری

- قد وزن
- فشارخون
- غربالگری بینایی (در ۴-۳ سالگی)

غربالگری هموگلوبینوپاتی (در موقع تولد) : وابسته به نسبت افراد پرخطر در ناحیه ای که غربالگری انجام می شود و سایر ملاحظات مربوط به غربالگری، به شکل همگانی و یا در سطح گروه های در معرض خطر انجام می گیرد.

- سطح فنیل آلانین (در موقع تولد) : اگر در ۲۴ ساعت اول زندگی انجام شود، در ۲ هفتگی تکرار خواهد شد.
- بررسی غده تیروئید با T4 ویا TSH (در موقع تولد) : بهترین زمان انجام آن، مابین روزهای ۶-۲ زندگی است اما همیشه قبل از ترخیص نوزادان از شیرخوارگاه انجام خواهد شد.

### پیشگیری از آسیب ها

- استفاده از صندلی مخصوص ایمنی کودک در اتومبیل (در کودکان کمتر از ۵ سال).
- استفاده از کمربند ایمنی اتومبیل (در کودکان بزرگتر از ۵ سال).
- استفاده از کلاه ایمنی در دوچرخه سواری، پرهیز از دوچرخه سواری در ترافیک.

- وجود هشدار دهنده دود و آتش در منزل، استفاده از لباس خواب مناسب و خنک.
- درجه حرارت آب گرم مابین ۴۸ تا ۵۴ درجه سانتی گراد باشد.
- نصب نرده و محافظ برای پنجره، پله، نرده و حفاظ استخر.
- نگهداری ایمن داروها، مواد سمی، اسلحه و مواد آتش زا.
- شربت ایپاکاک (برای مسمومیت) و شماره تلفن مرکز کنترل مسمومیت در دسترس باشد.
- آموزش احیای قلبی تنفسی برای والدین / مراقبین.

### تغذیه و فعالیت

- تغذیه با شیر مادر، فورمولای غنی شده با آهن و غذاها (شیرخواران و کودکان نوپا).
- محدود کردن چربی و کلسترول، حفظ تعادل کالری، اهمیت دادن حبوبات، میوه ها و سبزیجات در رژیم غذایی.
- فعالیت بدنی منظم

### مصرف مواد

- بررسی اثرات سیگار کشیدن غیرفعال به علت دود سیگار دیگران بر روی کودک (سیگارهای دست دوم).
- پیغام های ضد سیگار به والدین و مراقبین کودک داده شود.

### بهداشت دندان

- ویزیت های منظم توسط مراقبت دهان و دندان.
- نخ دندان، مسواک زدن با خمیر دندان فلوراید دار به صورت روزانه.
- آگاهی دادن درباره پوسیدگی دندان در صورت استفاده از بطری بچه.

### ایمن سازی

- واکسیناسیون طبق دستورالعمل کشوری انجام شود.
- پیشگیری با استفاده از داروها.
- پروفیلاکسی چشمی (در موقع تولد).